

*Лящук О. С.
Супрун М. О.*

ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ: ФАКТОРИ ТА УМОВИ ЇХ ФОРМУВАННЯ У МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ

Метою статті є: визначення сутності і змісту поняття «шкідливі звички» та з'ясування їх видів; визначення факторів та умов формування шкідливих звичок в учнів 5-6 класів шкіл-інтернатів. Аналізуються джерела із проблеми дослідження в різних галузях знань. Наголошується на актуальності проблеми дослідження в різні історичні періоди розвитку людства. Розкривається трактування дефініції «шкідливі звички» у міжпредметному науковому ракурсі.

Ключові слова: діти-сироти та діти позбавлені батьківського піклування, інтернатні заклади, шкідливі звички.

Лящук О. С., Супрун Н. А. Сущность и содержание вредных привычек: факторы и условия их формирования у младших подростков

Целью статьи является: определение сущности и содержания понятия «вредные привычки» и выяснения их видов; определение факторов и условий формирования вредных привычек у учащихся 5-6 классов школ-интернатов. Анализируются источники по проблеме исследования в различных областях знаний. Отмечается актуальность проблемы исследования в разные исторические периоды развития человечества. Раскрывается трактовки дефиниции «вредные привычки» в межпредметном научном ракурсе.

Ключевые слова: дети-сироты и дети, лишенные родительской опеки, интернаты, вредные привычки.

Lyaschuk O., Suprun M., Content and subject matter of bad habits: factors and circumstances of their formation of teenagers

The object of the article is: definition of content and subject matter of the notion «bad habits» and determination of their types; determination of factors and circumstances of bad habits' formation of teenagers of orphan boarding schools. The sources from research problem in different disciplines are analyzed. The timeliness of research problem in different historical periods of mankind development is stated. The content of «bad habits» definition treatment in intersubject scientific aspect is revealed.

Key words: orphaned children and children deprived of parental care, orphanages, bad habits.

Теоретико-соціальна **актуальність** нашого дослідження, полягає насамперед в тому, що завдання демократизації та гуманізації освіти в нашій країні, поставлені Національною доктриною розвитку освіти в Україні у XXI столітті, спрямовані загалом на формування всебічно розвиненої та здорової особистості. Їх розв'язання ускладнюється загостренням суперечностей, які супроводжуються поширенням шкідливих звичок серед молоді, особливо серед молодших підлітків – учнів шкіл-інтернатів. Сумною реальністю, стало і те, що випускники цих освітніх закладів зараз стають все менш соціально-захищеними і є потенційним «резервом» порушників закону. Саме тому, пізнання означеного питання становить практичний інтерес і для працівників пенітенціарної служби .

Аналіз теоретичного доробку свідчить, що поняття «шкідливі звички» складається з двох слів: перше слово говорить про щось, що завдає шкоди; друге – про те, що ми до чогось звикли. Тому необхідно по-перше з'ясувати, що таке «звичка», а потім вже визначити, що є шкідливими звичками.

У «Великому психологічному словнику» поняття «звичка» розуміється як автоматизована дія, виконання якої в певних умовах стало потребою [2].

У тлумачному словнику Д. Ушакова потребою є те, без задоволення чого неможливо обійтися [9], що й викликає залежність.

На думку українських учених: Т. Авельцевої, Н. Зимівець, Н. Лещук, І. Сомової, Т. Федорченко залежність стає згубною, коли: вона обмежує можливості особистості в самореалізації; згубно впливає на стосунки між людьми; руйнує власний і сімейний бюджет; створює конфліктні ситуації особистості й суспільства; наявна тенденція до постійного збільшення дози наркотику; формується психологічна та фізіологічна залежність [8, с. 43].

Треба зауважити, термін «звички» трактується у різних сферах знань у відповідності до їх специфіки:

- в психології звичка це – відповідний спосіб поведінки індивіда, що склався у результаті повторювання однотипних дій і здійснення якого в певній ситуації набуває для нього характеру потреби;

- в медицині звичка це – відчуття людиною нав'язливої потреби до певної діяльності, тобто це – залежність;

- у фармакології, імунології та наркології звичка це – зниження реакції на повторюване введення ліків, наркотиків або психоактивних речовин; звикання організму, через що потрібно все більша і більша доза для досягнення властивого речовині ефекту.

Отже, звичка це – сформований спосіб поведінки, здійснення якого в певній ситуації набуває характер потреби, тобто викликає залежність. Залежність розділяється на психічну й фізичну.

Психічна залежність характеризується нестерпним бажанням або нездоланим потягом до вживання психоактивної речовини, тенденцією до збільшення її дози для досягнення бажаного ефекту, невжиття речовини викликає психічний дискомфорт і тривогу [10].

Фізична залежність – стан, коли вживана речовина стає постійно необхідною для підтримки нормального функціонування організму і включається в схему його життєзабезпечення. Позбавлення цієї речовини породжує абстинентний синдром, який заявляє про себе соматичними, неврологічними і психічними розладами [10].

Тепер з'ясуємо, що можна називати шкідливими звичками, для чого знову звертаємось до словникової літератури. У педагогічному словнику [1] шкідливі звички трактуються як нав'язливі дії, що не лише негативно впливають на психофізичний та інтелектуальний розвиток дитини, а й на її поведінку також. Тобто, підкреслюється поведінковий аспект.

Отже, під звичкою можна розуміти схильність до чого-небудь, що викликає психологічну та/або фізіологічну залежність, тобто її важко позбутися; а під шкідливою звичкою можна розуміти – залежність від чого-небудь, що шкодить психіці, фізичному стану та негативно впливає на поведінку особистості. Звичка, яка перетворилася у залежність та має негативний вплив на особистість – це шкідлива звичка.

Таким чином, в контексті нашого дослідження під шкідливими звичками ми будемо розуміти:

- 1) куріння (тютюнова залежність);
- 2) вживання алкогольних напоїв (алкогольна залежність);
- 3) вживання токсичних речовин (токсична залежність);
- 3) вживання наркотичних речовин (наркотична залежність).

Для визначення сутності поняття шкідливих звичок і правильної організації їх профілактики, важливо знати етапи формування шкідливих звичок у молодших підлітків. Дослідники виділяють три поступових етапи формування шкідливих звичок [7]:

Перший етап – етап «перших спроб», коли спроби алкоголю, тютюну або наркотичних речовин ще не викликають психофізичної залежності, скоріше такі прояви можна віднести до порушень поведінки. Мотивом вживання шкідливих речовин може виступати цікавість, або одиничне експериментування без ознак регулярності.

Другий етап – «пошуковий» або «експериментальний», коли підліток вже знає смак і дію певного ряду шкідливих речовин і обирає з них «найприємніші» для нього. На цьому етапі знижуються або зникають рефлекси протистояння. Тривалість другого етапу триває не довго – від одного місяця до півроку. Цей етап виступає передумовою формування психофізичної залежності, адже сформувалась психологічна готовність до вживання шкідливих психоактивних речовин [7]. Якщо не вжити

адекватних дій на другому етапі, далі робота ускладнюється, адже виникає залежність.

Третій етап характеризується психічною, фізичною і соціальною деградацією, коли звичка переходить у стан хвороби. Поступово виникає тимчасовий стан, коли людина, вже несвідомо відчуває нетерпимий потяг до психоактивних речовин. Такий стан іноді закінчується лише повним виснаженням організму. До цього моменту порушення психіки стають незворотними, настає деградація. Необхідним є цілеспрямований вплив на знищення цієї залежності, переорієнтація розвитку поведінки особистості, знищення бажань змінити свій психічний стан штучним шляхом. Найбільший ефект може дати психолого-педагогічний вплив, що базується на знаннях психологічних причин і наслідків виникнення потреби у вживанні шкідливих психоактивних речовин. Але третій етап, зазвичай, вимагає втручання лікарів.

На сьогоднішній день існує досить багато класифікацій причин поширення шкідливих звичок у молодших підлітків. У зв'язку з цим, доцільними є систематизація та доповнення знання причин виникнення шкідливих звичок в учнів 5-6 класів шкіл-інтернатів.

Згідно філософської концепції людської сутності фактори формування та розвитку особистості в певних умовах можуть детермінувати її вчинки. На психолого-педагогічному рівні розуміння причин виникнення шкідливих звичок є певним проявом внутрішнього стану особистості, що обумовлюється комплексом умов та факторів.

Фактори формування шкідливих звичок в учнів шкіл-інтернатів умовно можна розділити на соціальні, біологічні та психологічні. Розглянемо соціальні фактори формування шкідливих звичок.

Рівень напруженості в суспільстві, який вже стає хронічним, тісно пов'язаний з кількісним показником шкідливих звичок, які провокують гострі соціальні конфлікти. Особливо актуальним цей фактор стає в

сучасних умовах, коли Україна перебуває не лише в стані економічної кризи, а фактично у стані війни. В умовах сьогодення це особливо стосується підлітків із східних регіонів нашої країни, які вимушено покинули рідні домівки, змінили місце навчання. Багато дітей із зони військового конфлікту (Луганської та Донецької областей) потрапляють до шкіл-інтернатів через втрату батьків або неспроможність їх утримувати у наслідок втрати житла і постійної роботи батьками. Невпевненість в завтрашньому дні, необхідність міняти спосіб життя і місце проживання, матеріальні труднощі сім'ї, безробіття батьків є потужними факторами виникнення шкідливих звичок.

Важливим соціальним фактором виступає негативний вплив молодіжної субкультури. Молодіжна субкультура – це система цінностей, норм поведінки, форм спілкування, яка відрізняється від культури дорослих і характеризує життя молоді в віці приблизно від 11 до 20 років [5].

Важливим мотивом споживання алкоголю підлітками 5-х класів є адаптація до навчання у середній ланці школи (5-6 класи), коли зміна обстановки потребують часу для адаптації дитини. У молодших класах діти звикли навчатись в одному кабінеті, коли всі навчальні дисципліни викладає один вчитель.

Не менш значущими є психологічні чинники. Домінуючим психологічним фактором є криза підліткового віку. Цей період є одночасно складним і важливим періодом у житті особистості. Навіть у молодших підлітків сьогодні актуалізується намагання звільнитися від контролю дорослих, що призводить до конфліктної поведінки, яка є ознакою вікової кризи. Проте до повної свободи вони психологічно не готові, їм важливо мати право на власний вибір та на відповідальність за власні рішення. Однак, коли дитина залишається в будинку-інтернаті, вона дорослішає, впри наймі як їй здається, скоріше. Коли немає поруч батьків учні-школі

інтернатів вже у молодшому підлітковому віці намагаються вийти з-під контролю вчителів та адміністрації закладу.

Важливим фактором формування шкідливих звичок у молодших підлітків може бути потреба у прояві власної індивідуальності і неможливість її задовольнити. У такій ситуації підлітки втрачають відчуття міри, проявляють демонстративну поведінку, яка часто проявляється у формі зловживання алкоголем, куріння, а іноді й наркотичними речовинами.

Слід зазначити, виникнення шкідливих звичок можна розглядати як непродуктивну форму виходу з ситуації, яка характеризується ускладненістю задоволення особистісних потреб. Така незадоволеність викликає емоційну напругу і може носити суперечливий характер: або стимулює прискорений розвиток певних якостей особистості при подоланні протиріччя, тобто сприяє переходу на більш високий рівень саморегулювання; або (якщо відсутнє зовнішнє втручання педагогів, психологів або батьків) може призвести до появи шкідливих звичок.

Для попередження такої дезінтеграції дуже важливо знати умови формування шкідливих звичок. Умови ми теж розділили на три групи: соціальні, біологічні та індивідуально-психологічні.

Домінуючою соціальною умовою є вплив сім'ї. Сім'я є першим і найважливішим інститутом соціалізації, сімейний мікроклімат та виховання формують підвалини людської особистості і тому нижченаведені ситуації неблагополучних, неповних, обтяжених сімей, та сімей з неправильними типами виховання є одними з найважливіших умов, які можуть стати причиною появи шкідливих звичок.

Сімейне неблагополуччя сприяє розвитку емоційних відхилень і на їх основі різноманітних соціальних відхилень, в тому числі й шкідливих звичок. Аналіз досліджень підтверджує, що найчастіше шкідливі звички з'являється у тих дітей, в сім'ях яких один з батьків мав судимість (2%), вів

паразитичний спосіб життя (8%), зловживав алкоголем (46%), вживав наркотики (18%) [3, с. 225]. Реакція імітації є типовою для поведінки підлітків, тому прояв шкідливих звичок в цій ситуації є результатом наслідування батьків, що ведуть аморальний спосіб життя.

Важливою умовою формування шкідливих звичок у молодших підлітків є негативний соціально-психологічний статус в колективі. Сьогодні, нажаль, це також особливо гостро стосується дітей зі східних областей України. Під таким негативним соціально-психологічним статусом в колективі розуміється несприятлива позиція суб'єкта в системі міжособистісних стосунків, що визначає його права, обов'язки та привілеї. Підлітковий колектив з одного боку розвивається за допомогою педагогічних, розвивається під безпосереднім чи опосередкованим керівництвом педагогів і батьків. З іншого ж боку, молодші підлітки вже не орієнтуються на думки педагогів, обираючи собі партнерів зі спілкування та друзів.

Важливими є біологічні умови формування шкідливих звичок. Первинною умовою може стати фетальний алкогольний синдром плоду. Перше науковий опис фетального алкогольного синдрому пов'язують з роботами Р. Lemoine (1968) і К. Jones (1973), які обстежували дітей, що народилися в сім'ях алкоголіків і мали різні аномалії. Фетальний алкогольний синдром окрім специфічних фізичних вад, ще супроводжується постнатальним ураженням нервової системи. Часто алкогольний синдром виявляється в молодшому підлітковому віці у вигляді психопатоподібних та психопатичних проявів. Вищезазначені умови ускладнюють або навіть унеможлиблюють соціальну адаптацію, зменшують, часто аж до повної відсутності, захисної реакції на алкоголь, тютюн, наркотики [6].

Важливою умовою формування шкідливих звичок є також спадкова схильність, яка полягає в тому, що потяг до психоактивних речовин

(насамперед – алкоголю) може передаватись спадковим механізмом, що відповідає за нормальне функціонування обмінних процесів. Необхідно зауважити, що шкідливі звички можуть виникати не лише як результат зловживання батьків алкоголем, але й під впливом інших шкідливих речовин (радіаційних, хімічних, токсичних тощо) на генетичний код [4].

Також важливими є індивідуально-психологічні умови. Важливими умовами формування шкідливих звичок у молодших підлітків на індивідуально-психологічному рівні виступають акцентуації характеру та психопатії. Видатний вчений, доктор медицини А. Лічко створив типологію акцентуацій характеру, в якій поєднав знання про психопатії і вже існуючої на той час класифікації акцентуацій К. Леонгарда.

Розглянувши детермінанти формування шкідливих звичок у молодших підлітків, слід зазначити, що жоден з факторів та умов їх виникнення не є вирішальними, навіть якщо на дитину впливає сукупність умов та факторів, це ще не означає, що у підлітка сформується стійка психофізична залежність від шкідливих звичок. Тут вирішальну роль відіграє правильно організована профілактично-виховна діяльність, що має забезпечити вироблення захисних реакцій психіки підлітка та протистояння шкідливим звичкам.

В якості **висновків** нашої теоретичної розвідки можна стверджувати, що аналіз наукових розробок з проблеми профілактики шкідливих звичок у молодших підлітків – учнів шкіл-інтернатів дозволяє виділити такі проблеми, які потребують подальшого вирішення:

- розробка теоретико-методологічних засад профілактики шкідливих звичок у учнів 5-6 класів шкіл інтернатів у позаурочній діяльності;
- розробка критеріїв сформованості шкідливих звичок у учнів 5-6 класів шкіл-інтернатів;
- необхідність ефективного використання позаурочного потенціалу з метою профілактики шкідливих звичок у учнів 5-6 класів шкіл-інтернатів;

- необхідність спеціальної підготовки педагогічного складу шкіл-інтернатів до профілактики шкідливих звичок в учнів 5-6 класів на основі досягнень гуманістичної педагогіки.

Список використаних джерел

1. Педагогический энциклопедический словарь / Глав. ред. Б. М. Бим-Бад; [редкол.: М. М. Безруких, В. А. Болотов, Л. С. Глебова и др.]. – М. : Большая Российская Энциклопедия, 2003. – 528 с.
2. Большой психологический словарь / Под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – М.: Просвещение, 2005. – 617 с.
3. Соціальна педагогіка. Навчально-методичний посібник / За ред. Капської А. Й. – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2001. – 228 с.
4. Максимова Н. Ю. Соціально-психологічний аспект адиктивної поведінки підлітків та молоді / Н. Ю. Максимова, С. В. Толстоухова. – К. : Інститут психології ім. Г. С. Костюка, 2000. – 200 с.
5. Что нужно знать о молодежной субкультуре? / Воронов В. // Воспитание школьников. – 2001. – 4. – С. 20-26.
6. Битенский В. С. Наркомании у подростков / В. С. Битенский, Б. Г. Херсонский, С. В. Дворяк, В. А. Глушков. – К.: Здоровье, 1989. – 216 с.
7. Соціальна робота з групами девіантної поведінки [Текст] : матеріали семінару «Теорія і практика соціальної роботи : профілактика негативних явищ у молодіжному середовищі» : навчальний посібник / В. П. Лютий ; Акад. праці і соц. відносин Федерації профспілок України, Християнський дитячий фонд. – К. : [б. в.], 2000. – 51 с.
8. Твоє життя – твій вибір (Модуль «За життя без наркотиків») / [упоряд.: Федорченко Т. Є., Сомова І. Г., та ін.]. – К : Міленіум, 2001. – 192 с.

9. Толковый словарь Ушакова Д. Н.

<http://dic.academic.ru/contents.nsf/ushakov/>

10. Гоголева А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика: учебн.-метод. пособие / А. В. Гоголева ; РАО, Моск. психол.-социал. ин-т. - 2-е изд., стер. – М.; Воронеж: МПСИ; МОДЭК, 2003. – 240 с.

11. Супрун М. О. Педагогіка : підручник для духовних і світських закладів освіти – К. : КДА, 2018. – 400 с.

12...Suprun, N. Pedagogy as an academic discipline in the context of religious education. Proceedings of the Kiev Theological Academy. 2011. No.15. – P. 323-333.

BROADEN ANNOTATION

The object of the article is: definition of content and subject matter of the notion «bad habits» and determination of their types; determination of factors and circumstances of bad habits' formation of teenagers of orphan boarding schools. The sources from research problem are analyzed in different disciplines. The timeliness of research problem in different historical periods of mankind development is stated. The content of «bad habits» definition treatment in intersubject scientific aspect is revealed.

The mechanism of tobacco, alcohol and drugs' effect at psychophysical state of teenagers of teenagers is examined in details and the transition to problems clarification that cause the appearance of bad habits of teenagers is made, as it is necessary to know their reasons for the correct organization of bad habits preventive measures.

Also it is pointed in the article that factors of bad habits formation is only the objective preconditions of bad habits formation. Only their conjunction with certain circumstances causes the bad habits formation. The appearance of bad

habits is viewed as non-productive form of way out, which is characterized with the complication of self-gratification. Such discontent provokes the emotional tension and can have the contradictory character: or stimulate the accelerated development of certain qualities of a personality after negotiation of contradiction, in other words causes the transition to the higher level of self-regulation; or (if there is no interference of teachers, psychologists or parents) may cause the appearance of bad habits.

The circumstances of bad habits formation are divided into three groups: social, biological and individual psychological.

The article accentuates on the importance of understanding that a human can learn to stand against bad habits, as there are a lot of those, in particular among addicted people, who refused from harmful psychoactive substances because it is possible to uncover and stand against the addiction appearance thanks to coherent efforts of specialists and parents.

It is presented the results of research which allow to assert that growing age is a difficult period in which bad habits formation may take place in connection with of active outpouring of maladjusted symptom complexes: expressed domination of feeling of insecurity, anxiety, proneness to conflict and depressiveness.

Key words: orphaned children and children deprived of parental care, orphanages, bad habits.

Ляшук Ольга Сергіївна,
кандидат педагогічних наук, науковий
співробітник лабораторії виховної роботи в
закладах інтернатного типу Інституту
проблем виховання НАПН України

Suprun M. Professor
e-mail: suprun62@ukr.net
tel.: 0985198173

Lyaschuk O., Junior Research Fellow, Institute for Problems of Education
National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine

e-mail: filolg@bigmir.net

tel.: 0679444321